

令和8年度

白河市健康ポイント事業 新規参加者募集

最大3,000円分の賞品と交換!(QUOカード・デジタルギフトなど)

- 対象** 18歳以上(高校生を除く)の白河市民
- 募集期間** 令和8年4月1日(水)～5月15日(金) ※期間前の申込みはできません。
※上記期間は事前説明会前の申込期限になります。以降も参加の申込みは、10月30日(金)までは随時できます。
- ポイント付与期間** 令和8年6月1日(月)～12月31日(木)
- 参加費** 1,000円(税込) ※【ID登録・管理、送信機器・体組成測定及び血圧計使用等の一部負担金】
事前説明会時にお支払いください。
- 参加条件** 市が実施するアンケートに協力できる方

「白河市健康ポイント事業」は、スマートフォン専用アプリや活動量計(送信機能付き歩数計)を活用して、市民の皆様が取り組む健康づくりを支援する事業です。ウォーキングをしたり、体組成を測定したり、健康診査を受診することでポイントが貯まり、ポイントに応じて賞品と交換できます。

また、専用の健康管理サイト「からだカルテ」では、ご自身の測定記録や健康コラム、タニタ社員食堂レシピなど、健康に関する情報を見ることができます。



参加方法は2種類 ※すでに参加している方は申込不要です

①活動量計で参加



活動量計 D11×W78.5×H40mm(約28g)

タニタのFelica搭載
活動量計
「AM-150」

②スマートフォンで参加

スマートフォンアプリ
HealthPlanet Walk

- 対応OS
iOS 13～26 Android8.0以上
- ※該当OS以外の動作は保証いたしかねます。
- ※HUAWEI(全端末)は動作保証外となります。
- ※画面サイズを変更している場合に正常に表示されない場合があります。



申込方法

右記、二次元コードから、お申込みください。
または、裏面の申込書に必要事項をご記入いただき、
中央保健センター窓口へ提出してください



※ R8.4.1 ~受付開始

- ①活動量計で参加の方には、事前説明会時に活動量計を配布します。
- ②スマートフォンアプリで参加する方には、5月16日以降に「団体コード」をお知らせします。
「団体コード」の案内が届いたら、「ヘルスプラネットウォークアプリ」をダウンロードし【新規会員登録】から「団体コード」を入力し設定を行い参加してください。

※ペースメーカーや体内機器を装着している方は、装着機器に影響を与える可能性があるため、体組成計の利用ができません。ご了承の上、お申し込みください。

からだカルテについて

- ・「からだカルテ」はご自身の測定記録やポイントの確認ができるアプリです。
- ・1日に1回アプリを開くことで2ポイントもらえます。
- ・可能な方は右記二次元コードからインストールしてください。
- ・活動量計でご参加の方は、事前説明会でIDとパスワードをお渡しします。
- ・スマートフォンでご参加の方は申込後に案内される団体コードから入ってご自分で設定したIDとパスワードでログインしてください。



iOS

Android

〈主なポイント対象〉

項目	付与条件	ポイント数
アプリで参加ポイント	新規アプリ参加者・令和8年4月1日～6月1日までに活動量計からアプリに変更の場合	200
ウォーキングポイント	基準歩数達成（毎日）	1～30
体組成測定ポイント	体組成測定（月に2回までポイント付与）	30
からだカルテ閲覧ポイント	からだカルテにログイン（1回/日）	2
入会ポイント	入会時データ送信で付与 ※継続者を含む	300
事前説明会参加ポイント	説明会参加時に付与 ※新規参加者のみ	200
修了測定ポイント	令和8年12月1日(火)～12月28日(月)に体組成測定 ※1回のみ	300
ウォーキングラリー達成ポイント	バーチャルウォーキングラリー開催期間内に目標歩数を達成 各回	300
健診受診ポイント	健康診査受診で付与 ※1回のみ 受診期間：令和8年1月1日～令和8年12月31日	500

〈ポイント交換内容〉

期間中に2,000ポイント以上獲得することで、最大3,000円分のQUOカードやデジタルギフトと交換できます。

〈事前説明会の参加で200ポイントゲット〉

体組成、血圧の測定とポイント獲得ルールや機器の使い方を説明します。

●開催日：5月26日(火)～27日(水)（6回開催） ●時間：1時間半程度

●会場：白河市中央保健センター（北中川原313）

※お申込み時に希望の日時を選択・ご予約いただく形になります。事前説明会の日程は先着順になります。ご自身がご予約された日時をお忘れにならないよう、当日は会場へお越しください。

問い合わせ：白河市健康増進課（中央保健センター）成人健康係 TEL：0248-27-2114

切り取り

◇申込書 参加方法 活動量計 スマートフォンアプリ

申込日：令和 年 月 日

フリガナ	(セイ)	(メイ)	性別	<input type="checkbox"/> 男性 <input type="checkbox"/> 女性
氏名	(姓)	(名)	生年月日	西暦 年 月 日
住所	〒 白河市			
電話番号	-		身長	cm
ニックネーム			健康保険種別	<input type="checkbox"/> 国民健康保険 <input type="checkbox"/> 国民健康保険以外
事前説明会 希望日を記入	5月26日(火) ①13:30 ②15:30 5月27日(水) ③9:00 ④11:00 ⑤13:45 ⑥15:45 その他（後日対応希望・WEB・知り合いから教えてもらう）			
紹介者	氏名			
	住所	白河市		

※紹介者に100ポイントが付与されます。最大2人まで紹介可！

※紹介者にポイントを付与するためには、紹介者の名前と住所の記入が必須となります。